

# La voix parlée et chantée, aspect technique

*Par Cécile Pierre-Gay*

## **Au-delà de deux simples cordes vocales, un appareil vocal**

Avant de se faire entendre la voix passe par des étapes successives, impliquant le corps dans son entier. Loin d'être réduit à deux cordes vocales, l'appareil vocal se compose de trois parties qui sont la soufflerie, le vibrateur et les résonateurs. Au-delà de leur fonctionnement propre, une synergie de ces trois éléments est nécessaire à la production vocale. La construction de la voix débute au niveau de la soufflerie, moteur de la voix, qui fournit l'énergie au son. Cette "soufflerie" correspond en fait à la respiration qui idéalement, en voix parlée comme en voix chantée doit être abdominale. Ce mode respiratoire consiste en une inspiration dite "basse" qui gonfle l'abdomen puis une expiration qui voit l'abdomen revenir à sa position initiale. La respiration abdominale est indiquée car évite toute tension au niveau du thorax et des épaules, néfaste à terme pour la voix.

Le deuxième élément de l'appareil vocal est le larynx, qui se situe au niveau du relief de la pomme d'Adam et se compose notamment des cordes vocales. Nous avons deux cordes vocales parallèles disposées horizontalement dans le larynx. Leur taille est variable, elles mesurent entre 18 et 25 mm chez les hommes et entre 15 et 20 mm chez les femmes. Sous l'impulsion de l'air fourni par la soufflerie, elles se mettent à vibrer l'une contre l'autre, un peu comme un archet sur les cordes d'un violon. La hauteur du son - plus ou moins grave, plus ou moins aigu - est fonction de la rapidité avec laquelle les cordes vibrent l'une contre l'autre. Ainsi, les cordes vocales d'une personne qui parle ou chante grave vibrent lentement alors qu'une personne qui parle ou chante aiguë voit ses cordes vocales vibrer plus rapidement.

La troisième et dernière étape de la construction de la voix se passe au niveau des cavités de résonance qui constituent le dernier élément de l'appareil vocal. Les cavités de résonance (ou résonateurs) se situent au-dessus des cordes vocales et sont au nombre de trois : le pharynx (ou gorge) tout d'abord, qui se trouve juste au-dessus des cordes vocales, puis le nez et la cavité buccale. Elles vont transformer le son né entre les cordes vocales en voix, en timbre. Elles jouent en fait le rôle d'amplificateur et se doivent de faire le plus de place possible au son. L'ouverture de la bouche doit être suffisante et la langue doit rester fixée le plus souvent possible au plancher de la bouche afin de ne pas créer d'obstacle à la projection du son. En outre, la forme et la taille des cavités de résonance sont propres à chacun et déterminent ainsi le timbre personnel de chaque voix.

Un équilibre et une coordination entre les trois éléments de l'appareil vocal sont nécessaires à une utilisation optimale de la voix. Une soufflerie pas suffisamment sollicitée peut, par exemple, aboutir à une voix qui manque de puissance, de portée, car pas suffisamment soutenue. Par ailleurs, une langue qui se soulève de façon excessive entrave la projection de la voix, qui devient alors serrée à l'écoute. Ces défaillances d'utilisation de l'un ou l'autre des éléments de l'appareil vocal affectent la voix et peuvent, s'ils perdurent, mener à une atteinte vocale organique, relevant, dans certains cas, d'un traitement chirurgical. Cependant, en amont, les défauts du geste vocal peuvent être traités par une rééducation orthophonique, qui permet alors de réapprendre à utiliser sa voix de manière adéquate.

## **Préserver l'instrument vocal**

Il existe quelques notions de base afin de préserver sa voix et d'éviter d'entrer dans un processus de forçage vocal. La voix, nous l'avons vu, mobilise tout le corps. Il est donc nécessaire, préalablement à toute prise de parole prolongée à forte intensité ou à toute pratique importante de la voix chantée, d'être reposé, de s'être bien alimenté et de ne pas s'être exposé à la fumée de cigarette ou à toute autre vapeur toxique. Le geste vocal doit, quant à lui, se baser sur une posture marquée par un solide ancrage au sol des deux pieds, une position de la nuque bien verticale - surtout pas en extension arrière - ainsi que sur une respiration abdominale en lien avec une détente totale du buste. La détente reste le maître mot pour un bon geste vocal où seule la respiration, moteur de la voix, est active. Le couple larynx - résonateurs se doit d'être relâché et ouvert, afin de laisser vibrer puis amplifier le son devenant voix.

*Revue Célébrer N° 342*